

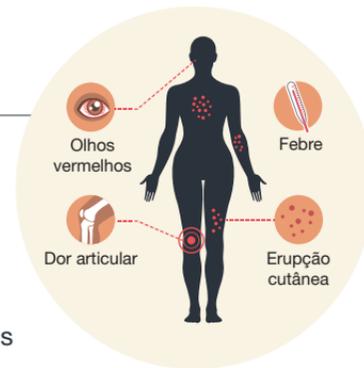


UM GUIA PARA **VIAJANTES A NEGÓCIOS**

#PAREOZIKA

Sobre o zika

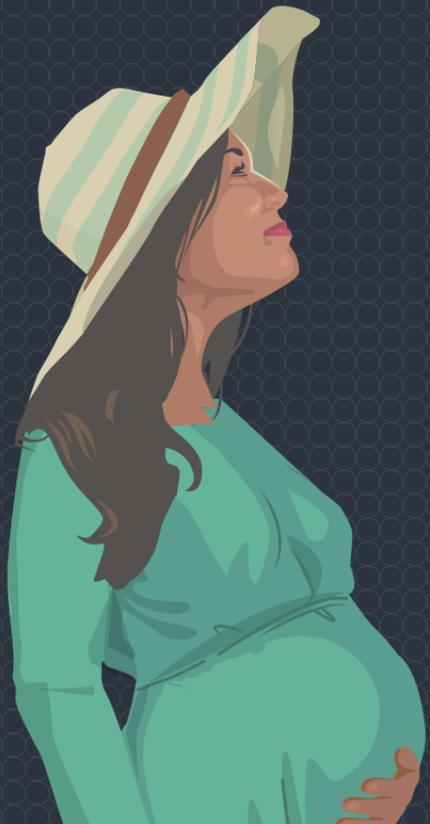
- O zika vírus é transmitido por picadas de mosquito e relações sexuais.
- O zika é geralmente uma enfermidade leve (febre, erupção cutânea, dor articular e olhos vermelhos) que dura cerca de uma semana. Muitas pessoas não apresentam sintomas.
- Mulheres grávidas e mulheres que possam vir a engravidar devem ter cuidado para não contrair o zika, pois o vírus pode causar defeitos congênitos.
- Acesse a página de avisos de viagem do CDC para obter informações atualizadas sobre o seu destino antes de fazer planos de viagem. [cdc.gov/travel](https://www.cdc.gov/travel)



Faça download do aplicativo **TravWell** do CDC para obter informações específicas sobre destinos e mais dicas de saúde para viagens.

#MUDEDEITINERÁRIO

Proteja sua gravidez



Adie sua viagem ou espere para engravidar

Se está grávida:

- O zika pode ser transmitido por uma gestante para o feto.
- Gestantes não devem viajar para áreas com surtos de zika.
 - » Se você viajar, converse com o seu médico imediatamente depois de retornar.

Se você planeja engravidar:

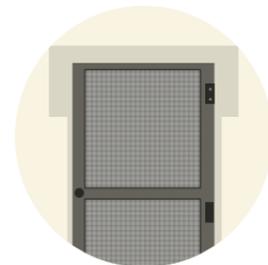
- Se você ou um parceiro viajou recentemente para uma área com zika, espere para engravidar.
- Fale com o seu médico sobre quanto tempo você deve esperar antes de engravidar.
- Verifique a orientação do CDC: [cdc.gov/travel](https://www.cdc.gov/travel)





#ELIMINEINSETOS

Evite picadas de mosquito



Os mosquitos transmitem zika e outros vírus

- Os mosquitos que transmitem o zika vivem em áreas internas e externas. Eles picam de dia e de noite.
- Use um repelente de insetos registrado na EPA com DEET, picaridina, IR3535, óleo de eucalipto citriodora ou para-mentano-diol, ou 2-undecanona.
- Use calças compridas e camisas de mangas compridas.
- Permaneça em ambientes com ar-condicionado ou que tenham telas nas portas e janelas.

DICA

Aplique o protetor solar antes de aplicar o repelente de insetos.



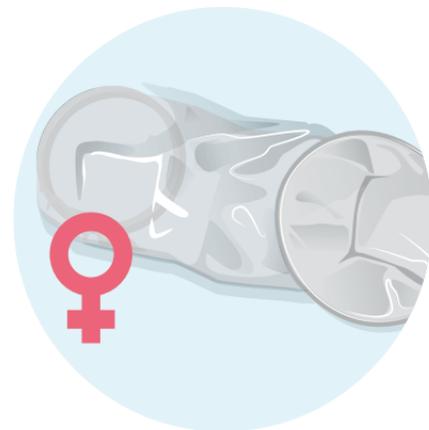
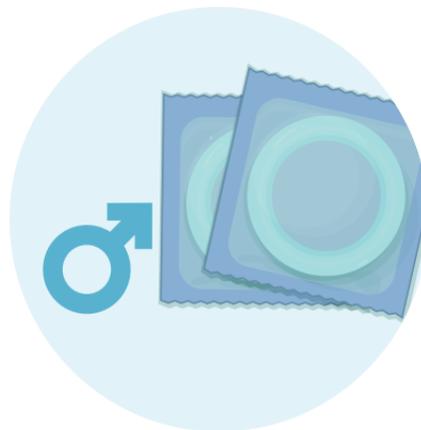
#USEPRESERVATIVOS

Proteja suas(seus) parceiras(os) sexuais



O zika pode ser transmitido por meio de relações sexuais

- O zika pode ser transmitido de um homem ou mulher que tem zika a suas(seus) parceiras(os) sexuais.
- O zika pode ser transmitido pela relação sexual mesmo que a pessoa com zika não tenha sintomas no momento.
- Reduza o risco: Use preservativos masculinos ou femininos e barreiras dentais toda vez que tiver relação sexual (vaginal, anal ou oral) durante viagens.





#DEVOLTAPARACASA

Traga a prevenção para casa

Prevenção do zika em casa

- Mesmo que você não se sinta doente, você pode ter zika. Os mosquitos podem picar você e transmitir o zika para outras pessoas. Use repelente de insetos por **3 semanas** depois de voltar para casa.
- Proteja as(os) suas(seus) parceiras(os): Continue usando preservativos por pelo menos 8 semanas (mulheres) ou 6 meses (homens).
- Se a sua parceira estiver grávida, use preservativos ou não tenha relações sexuais durante toda a gravidez.

3 SEMANAS

Dom	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Siga-nos para obter mais dicas sobre como se proteger durante viagens.

 Saúde dos viajantes do CDC

 @CDCtravel

www.cdc.gov/travel



**U.S. Department of
Health and Human Services**
Centers for Disease
Control and Prevention